
Subject: sonnencreme....

Posted by [KamiKaTzE](#) on Thu, 21 Jun 2007 07:49:36 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hallo ihr,

da ich eh schon von natur aus recht blaß bin, sehe ich aus wie ne leiche, wenn ich mir das gesicht mit sonnencreme einschmiere.

gibts da nichts besseres, also transparentes?

wie macht ihr das, cremt ihr ganz normal das gesicht ein und tragt dann die sonnencreme auf? wie oft empfiehlt es sich, nachzucremen? im netz finde ich verschiedene angaben darüber. die fragen hören sich vielleicht bescheuert an, aber ich benutze in diesem sommer zum 1. mal in meinem leben sonnencreme im gesicht, da ich gerade ausschlag oder ekzem oder sowas in der art habe und ich nicht in die sonne darf...

vg

Subject: Re: sonnencreme....

Posted by [Claudi](#) on Thu, 21 Jun 2007 12:22:34 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich benutze die Anthelios-Sonnencreme. Die ist extra für Allergiker. Ich komme prima damit zurecht - bei anderen Mitteln bekomme ich eine Sonnenallergie. Wäre ja vielleicht auch nicht schlecht für dich, wenn du empfindlich im Gesicht bist.

Die schützt auch recht lange, allerdings gehöre ich nicht zu den Sonnenanbetern. Bei einer Radtour von 3 Std. hat sie jedoch ohne Nachzucremen geschützt.

Ich creme mit nichts anderem vorher ein. Nur mit der Sonnencreme. Und auch nicht so dick, dass man das im Gesicht sieht - außer am Strand, aber da ist das ja wurst wie man aussieht.

Subject: Re: sonnencreme....

Posted by [Hühni](#) on Mon, 25 Jun 2007 13:14:22 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich würde mich mal in der Apo nach einem fettfreien Sonnengel erkundigen. Die sind dann meist auch nicht weiß, sondern durchsichtig.

Wir hatten immer eines aus dem Drogeriemarkt, aber ich weiß nicht, ob das bei einem Ekzem das geeignetste wäre...zumal auch der Lichtschutzfaktor nicht so hoch ist.

Jedenfalls gibt es Sonnengels, mit denen man sich auch den Scheitel eincremen kann. Für unsere Kinder nehmen wir immer Eucerin und ich glaube, die haben auch ein Anti-allergisches

Gel. Empfehlen würde ich Dir eines mit Sun-Block effekt (LF 50 etc.), denn dann brauchst Du so schnell auch nicht mehr nachcremen.

Subject: Re: sonnencreme....

Posted by [Jadaa](#) on Wed, 27 Jun 2007 18:06:15 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Meine Freundin hat auch sehr sehr helle Haut und die hatte mal so ein Spray von Nivea Sun. Das zerstäubt und deswegen sieht man es kaum und kann es besser verteilen. Im Reformhaus gibt es auch sehr gute, speziell für sehr helle Haut (Annemarie Börlind, glaub ich). Mußt du aber wissen, wieviel du dafür hinblättern möchtest.

Subject: Re: sonnencreme....

Posted by [KamiKaTzE](#) on Thu, 28 Jun 2007 07:25:39 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

dank euch für die tipps. falls es jemanden interessiert: meine auswahl ist nun auf ein fettfreies sonnengel (ladival allerg.gel) gefallen. gute konsistenz und ich bin mal gespannt. allerdings isses hier nun auch prompt erstmal kalt und regnerisch, ich hoffe, es wird bald wieder sonnig

Subject: Re: sonnencreme....

Posted by [kaaos_k](#) on Thu, 28 Jun 2007 18:50:06 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

sonnencreme ist ein interessantes thema (auch wenn dazu grad die sonne fehlt)
ich habe mich für verschiedene entschieden. im gesicht nehme ich City Block Sheer Oil-Free Daily Face Protector

ist etwas teurer, hat eine gaaaanz leichte tönung und vor allem: es ist nur mit physikalischem lichtschutz!!

die von euch genannten (außer ladival bin ich mir nicht sicher, die haben verschiedenste inhaltsstoffe. auf jeden fall enthält es - wie viele kosmetika - Alcohol Denat. das ggf. krebserzeugend ist) haben einen chemischen schutzfaktor. alle sonnencremes, bei denen man auf wirkung warten muss, haben einen chemischen. wobei manche marken jetzt auch dazu übergegangen sind, beides zu kombinieren.

ich würde nieeee wieder einen chemischen schutzfaktor benutzen. habe stattdessen cremes von dr. hauschka, sante, lavera etc.

mehr infos über inhaltsstoffe hier: www.codecheck.ch

ich hoffe, auch dieser kritische beitrag hilft ein wenig!

Subject: Re: sonnencreme....

Posted by [KamikaTzE](#) on Thu, 28 Jun 2007 19:14:27 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hallo,

physikalischer lichtschutz: das sind doch diese zinkoxid-dinger, also diese cremes, die einen starken weißen film auf der haut hinterlassen? ich hatte eine probe von avene neulich getestet und da ich so eine komische, ganz dünne "kruste" also irgendeine art ekzem auf der haut habe, sah das extrem schlimm aus, weil der hautuntergrund eben nicht 100% glatt ist. (avene hat ja auch diese mineralien, also physikalischen schutz u.a.)

kennst du vielleicht eine sonnencreme oder gel, was farblos ist?

vg

Subject: Re: sonnencreme....

Posted by [kaaos_k](#) on Thu, 28 Jun 2007 19:36:00 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ja, der weiße film ist leider echt das problem. schau mal hier:

http://www.lavera.de/sun_uebersicht.htm

http://www.lavera.de/richtiger_sonnenschutz.pdf

da gibt es auch spray, bei dem ist der film nicht so extrem.

allerdings ist es schon so, dass sich bei physikalischem/mineralischem sonnenschutz etwas "auf die haut" legt...

mich hat das so erschreckt, dass der chem. sonnenschutz in die haut eindringt und in verdacht steht, wie hormone zu wirken, dass mir der weiße film echt egal ist.

Subject: Re: sonnencreme....

Posted by [KamikaTzE](#) on Fri, 29 Jun 2007 15:34:45 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

"allerdings ist es schon so, dass sich bei physikalischem/mineralischem sonnenschutz etwas "auf die haut" legt..."

und genau das find ich ätzend...

"mich hat das so erschreckt, dass der chem. sonnenschutz in die haut eindringt und in verdacht steht, wie hormone zu wirken, dass mir der weiße film echt egal ist."

wie hormone zu wirken? wie welche hormone? androgene?

wo hast du das her und selbst wenn das so wäre, die frage wäre dann: würden diese mengen ausreichen, um schäden anzurichten...

ich meine, wir essen ja auch tomaten und salat ausm supermarkt, die nachweislich

pestizidverseucht sind, wir fahren auf abgasverpesteten straßen fahrrad, wir atmen olle luft ein, wir fressen die pille, wir rauchen notgedrungen passiv usw. usf....

Subject: Re: sonnencreme....

Posted by [kaaos_k](#) on Fri, 29 Jun 2007 16:28:08 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zitat:wo hast du das her und selbst wenn das so wäre, die frage wäre dann: würden diese mengen ausreichen, um schäden anzurichten...

ich meine, wir essen ja auch tomaten und salat ausm supermarkt, die nachweislich pestizidverseucht sind, wir fahren auf abgasverpesteten straßen fahrrad, wir atmen olle luft ein, wir fressen die pille, wir rauchen notgedrungen passiv usw. usf....

du hast mit all dem recht und deshalb versuche ich das zu minimieren, was ich minimieren kann mit bio-obst und -gemüse (schmeckt auch viel besser, besonders bei paprika ist mir der unterschied aufgefallen) und halt auch keine sonnencreme mit chemischem lichtschtz. dass die wie androgene wirken, hab ich nicht gesagt (ich weiß, war n scherz). viel eher, dass diese Filter (UV-Filter, wie 4-Methyl-Benzilidenchampor (4-MBC) oder Oxybenzon,) Auswirkungen auf die SD haben können, oder sich auf die Fruchtbarkeit auswirken. Ich hatte doch den Link zu Codecheck mitgeschickt, genau DA hatte ich es als erstes her, dann hab ich mich halt weiter damit beschäftigt.

Es bleibt ja jedem selbst überlassen, ob man was davon annimmt, oder nicht. Falls es dich interessiert, wirf mal hierrauf einen Blick:

<http://www.toxcenter.de/suche/highlight.php?article=http://www.toxcenter.de/artikel/LWUMUX.php&word=sonnencreme>

Subject: Re: sonnencreme....

Posted by [KamikaTzE](#) on Fri, 29 Jun 2007 17:23:14 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ok sorry, hatte das abstract vorhin glatt übersehen.

aber was soll ich sagen: klar, sollte man risiken minimieren, wo man nur kann, da hast du natürlich nicht unrecht.

bio ist ja gerade total in, in meiner unmittelbaren nähe gibt es 3 oder 4 bio-supermärkte...allerdings ist mir das einfach momentan zu teuer...leider. obwohl ich bei gemüse hin und wieder schon dort kaufe und den unterschied, da hast du recht, auch bemerke.
